

*Mirna Andrijašević*

## **INFORMATIZACIJA U PODRUČJU SPORTSKE REKREACIJE**

Rekreacija je sadržajni dio slobodnog vremena čovjeka usklađen s društveno ekonomskim razvojem i promjenama. U skladu s napretkom tehnologije rekreacija se razvija u slobodnom vremenu kao čimbenik kulturoloških potreba svakog čovjeka na određenom stupnju društvenog razvoja. Kompjutorizacija i informatizacija simbol su suvremene civilizacije posljednjih desetljeća čija su osnovna obilježja protok informacija te upravljanje tim informacijama. *Informatizacija dolazi od latinske riječi (informare – dati oblik, uputu, obavijestiti, predočiti) priopćiti o nekoj djelatnosti (Klaić, 1985); prenijeti ili dati informaciju o nečemu, pružiti informaciju, (Macmillan, 2002.).* U okviru prijenosa informacija razvila se znanost o informatici temeljena na teoriji informacija koja proučava utjecaj komunikacijske veze u informatici. Znanost o iskorištavanju informacija se temelji na poznavanju korištenja informacija u svrhu donošenja odluka u privredi, znanosti i tehnici. Informacijska tehnologija proučava korištenje računala i elektronskih sustava za korištenje informacija. Informacijska znanost proučava procese koji obuhvaćaju (involviraju) brojne informacije složene i organizirane u programe koji se koriste za iščitavanje i sređivanje informacija putem elektronskih računala. Korištenje i služenje informacijama dostupno je svima koji koriste čitače informacija, povezanih u mrežu - NET. Suvremeni, razvijeni svijet stvorio je nove, brze informacijske sustave kojima se koristi sve veći broj ljudi, stvarajući jedinstven jezik međusobne komunikacije. Korisnici osobnih računala, posebice mlade osobe, postali su dnevni korisnici različitih oblika komunikacije i služenja informacijama bilo sa svrhom obrazovanja i edukacije ili u svrhe zabave i rekreacije u slobodnom vremenu. Masovno korištenje suvremenih informacijskih sustava povezuje sve razvijene zemlje. Na taj način su informacija i znanje postale globalno dobro razvijenih zemalja. Kakvo mjesto zauzima rekreacija u sustavu informatizacije? Rekreacijski sadržaji dio su *menia* brojnih posredničkih djelatnosti koje se bave ponudom komercijalnih sadržaja ili usluga, primjerice u turizmu, slobodnom vremenu, ali i u funkciji prodaje najraznovrsnijih artikala za potrebe rekreacije. Na taj se način proširuje ponuda, ubrzava komunikacija, ali se isto tako povećava konkurentnost, kritičnost i znanje korisnika. Informatizacija je naglo promijenila i ubrzala život suvremenog čovjeka stvarajući opasnost od prevelikog opsega informacija što prijeti raspršivanju podataka. To je samo potvrdilo empirijsku teoriju i praksu da sadržaji u slobodnom vremenu trebaju biti pod nadzorom kako ne bi izgubili svrhu. Rekreacija pripada kvalitetnom dijelu slobodnog vremena s temeljnim ciljem zadovoljavanja osobnih potreba za kvalitetnim odmorom i kompenzacijom

onih sadržaja koji nedostaju u svakodnevnom radu i životu. U tu svrhu informatizacija ima značajnu ulogu kao pomoćno, tehničko sredstvo u rješavanju različitih zahtjeva i potreba.

## **1. SPORTSKA REKREACIJA I INFORMATIZACIJA**

Sportska rekreacija predstavlja dio sadržaja rekreacije čiji je cilj unaprijediti i očuvati opće sposobnosti organizma putem prilagođenih sadržaja sporta. Kineziološka rekreacija obuhvaća metode za upravljanje i kontrolu primijenjenih oblika aktivnosti pojedinca. Time se sadržaji sportske rekreacije, a to su svi sadržaji sporta na prilagođen način, primjenjuju u praksi za postizanje željenih ciljeva. Suvremena tehnologija na putu je da precizno riješi načine, vrste i modalitete primjene različitih sadržaja za potrebe unapređenja psihofizičkog statusa čovjeka. U tom smjeru koriste se i unapređuju suvremene tehnologije za utvrđivanje:

### **a) Inicijalnog statusa korisnika programa, u svrhu utvrđivanja što preciznijih metoda za unapređenje ljudskih sposobnosti i osobina:**

- biokemijska dijagnostika, za utvrđivanje sastava i kvalitete krvi;
- dijagnostika funkcionalnih sposobnosti rada srčano žilnog i dišnog sustava;
- dijagnostika funkcije loko-motornog aparata u cilju utvrđivanja motoričkih sposobnosti i pokretljivosti sustava za kretanje;
- dijagnostika somatskog statusa, sa svrhom utvrđivanja sastava tijela, procjene potkožnog masnog tkiva, koštane mase, odnosa tjelesne mase i visine i sl.;
- psihičko stanje, ocjenjuje se testovima kojima se procjenjuje stupanj anksioznosti, neuroze ili razine stresa;
- socijalne karakteristike, procjena uvjeta životne i radne sredine i sl.

### **b) Na temelju informacija o inicijalnom statusu modeliraju se programi koji sadrže:**

#### ***Osnovni program sportske rekreacije:***

- izbor sportskih aktivnosti i kinezioloških operatora, kojima se ciljano djeluje na unapređivanje sposobnosti u svim funkcionalnim i loko-motornim segmentima;
- frekvencija korištenja aktivnosti: za suvremenog čovjeka se kaže da prosječno dnevno sjedi i do 10 sati, što narušava njegovo zdravlje, stoga se većina znanstvenika slaže da moderan čovjek treba svaki dan provoditi pojačanu, odgovarajuću tjelesnu aktivnost u trajanju od 30 – 60 minuta;

- modalitete opterećenja, određuje stručnjak prema mogućnostima sudionika i prema načelima sportske rekreacije (postupnost i do submaksimalne razine)
- trajanje opterećenja, sat programa rekreacije u prosjeku traje 60 minuta, a uključuje elemente pripreme, ciljanog dijela sata i hlađenja organizma.

***Dopunski program sportske rekreacije:***

- program prehrane, obuhvaća dopunu programa vježbanja i neophodan je sadržaj u postizanju ciljeva vezanih za unapređenje zdravstvenog statusa;
- profilaksom se pojačava djelovanje tjelesne aktivnosti u smislu poboljšanja cirkulacije u organizmu ili eliminacije metabolita. Sadržaji profilakse su brojni te ih treba svakako povremeno uključiti kao dopunu programa vježbanja;
- vježbe opuštanja, danas su sve popularnije i prisutnije, a njihov je razvoj vezan uz potrebu suvremenog čovjeka za relaksacijom od napornog ritma života u kojemu su stres i napetost uobičajena pojava;
- kontrola stanja, provodi se različitim mjernim instrumentima i neophodna je u utvrđivanju efekata cjelokupnog tretmana vježbanja.

***Dodatni programi sportske rekreacije:***

- program edukacije: neophodno je stalno provoditi obrazovanje sudionika putem različitih informacija o značaju osobne brige za zdravlje i o načinima kako se to najbolje postiže;
- socijalizacija je zadaća rekreacijskih programa koji integriraju sudionike u zajednice sa sličnim problemima i ciljevima, stvarajući pozitivnu atmosferu i kvalitetnu međusobnu komunikaciju.

Koliko napredna informatika može sudjelovati u realizaciji kompleksnih kinezioloških programa koji će rezultirati pozitivnim učincima? Na temelju brojnih istraživanja i rezultata mjerenja te u suradnji s timom stručnjaka izrađeni su gotovi programi (software) koji poštuju individualne potrebe i daju optimalne recepte s predvidivim pozitivnim rješenjima. Već je dosad učinjeno niz pokušaja da se proširi mreža korisnika sportsko rekreacijskih programa putem informatičkih sustava, no kao i s kasetama, DVD - playerima i ostalom suvremenom tehnikom, rezultati su izostali. Osmišljeni su brojni programi vježbanja, različiti rekviziti za postizanje brzih ciljeva, rezultati nisu zadovoljili. Sport i rekreacija su najbolji primjeri kako suvremena tehnologija može biti značajna u bržem i učinkovitijem rješavanju problema, ali ne može zamijeniti stručnjaka i izravan kontakt koji odgovara na nepredvidiva pitanja pojedinca i trenutka. Suvremena tehnologija i informatika omogućava brzo učitavanje rezultata mjerenja te daje gotova rješenja u smislu idealne težine, aerobnog kapaciteta, motoričkih sposobnosti pa i izgleda. No pitanje zadovoljstva i psihičkog stanja čovjeka niti jedan informatički sustav ne može

riješiti. Suvremenom čovjeku nedostaje čovjek. Osjećaj osamljenosti, nezadovoljstva, depresije, otuđenosti i izgubljenosti te intenzivni stres dovodi do povlačenja i bojazni. Čovjek je društveno biće i komunikacijom i odnosom s drugim osobama doživljava sebe. Sportsko rekreacijski programi se trebaju služiti vrhunskom tehnologijom, ali upravljanje, primjenu i kontrolu treba obavljati stručnjak, jer time se postiže temeljno načelo koje treba zadovoljiti principe u rekreaciji koji se odnose na: emocionalnost, motivaciju, socijalizaciju, informaciju i obrazovanje.

## **2. MENADŽMENT U SPORTSKOJ REKREACIJI**

Pristup zapadnih menadžera omalovažava ulogu čovjeka, pretpostavljajući mu automatizaciju i robotizaciju, time ukidaju potrebu za ljudskim radom. Japanska gospodarska ekspanzija potvrdila je izniman značaj čovjeka u postizanju vrhunske kvalitete (Kovačić M., 2004). Upravljanje i organizacija rada u sportskoj rekreaciji danas je znatno unaprijeđena napretkom tehnologije i informatizacije. Menadžment u sportskoj rekreaciji i informatika su međusobno ovisni. Menadžment poznaje što i kako treba obaviti, što se odnosi na ustroj i organizaciju rada u nekom centru (turističkom, gradskom, wellness, fitness ili sportsko-rekreacijskom). Menadžment zna utvrditi potrebe i ciljeve. Informatika treba omogućiti kvalitetno obavljanje posla. Osnovni cilj menadžmenta u sportskoj rekreaciji je donositi što kvalitetnije odluke, odnosno što bolje upravljati. Integriran informacijski sustav i poznavanje osnove rada na računalu može značajno pomoći u upravljanju. Analitička obrada pohranjenih podataka pretvara prikupljene podatke u strateške informacije što omogućuje stručnjacima i menadžerima upravljanje vrijednim informacijama na jednostavan način. Analitička obrada u realnom vremenu treba omogućiti promatranje odnosa bilo kakvih veličina. Primjena informacijske tehnologije u upravljanju omogućuje povećanje učinka menadžera i ukupne organizacije, (Božić V. 2004).

Informatički pristup u sportskoj rekreaciji moguć je na više razina. Najvišu organizacijsku razinu sportske rekreacije čini Hrvatski savez sportske rekreacije "Sport za sve" koji okuplja članice iz cijele Republike Hrvatske. Njegova je uloga osmišljavanje, kreiranje i poticanje ljudi i građana na redovito bavljenje različitim sportsko rekreacijskim aktivnostima. Organizacija ima nekoliko globalnih, strateških ciljeva, a odnosi se na međunarodnu suradnju i povezivanje s ostalim, istim ili sličnim organizacijama. Provođenje akcija masovnog karaktera vezani su uz svjetske akcije poput, Svjetskog dana pješaćenja, međunarodnog "Izazova" gradova, Europskog festivala sportske rekreacije i sličnih akcija koje promiču aktivnost u cilju očuvanja i unapređenja zdravlja nacije. Druga su razina nacionalne aktivnosti povezane s ustaljenim kalendarom, primjerice: Ožujski susreti žena, Teniski turnir rekreativaca, Seoske olimpijade i sl. Informatički sustav trebao bi omogućiti aktivan pristup dobivanja informacija o događajima, vrstama i mogućnostima uključivanja u takve

manifestacije. Sustav kontrole i upravljanja treba imati centralno polazište koje će kontinuirano usmjeravati prema ostalim članicama sve bitne informacije te primati upite i prijedloge u svrhu unapređenja sportske rekreacije u svim regijama.

### **3. ZAKLJUČAK**

Sportska rekreacija je oduvijek odgovarala na najnovije izazove suvremenih društvenih promjena, razvoj tehnologije se paralelno prenosio i u područje primjene sportsko rekreacijskih aktivnosti. Informatizacija sportske rekreacije odnosi se na dvije dimenzije korištenja u praksi. Jedna je povezana s informatičkim sustavom sportske rekreacije na razini Republike Hrvatske koji provodi planove i programe na globalnoj razini. Drugi je usmjeren na informatičku tehnologiju koja sudjeluje u organizaciji, realizaciji i kontroli efekata programa sportske rekreacije.

Sve su sastavnice informatičkog sustava značajne, no bitno je istaknuti da njima upravlja stručnjak. Neposredan kontakt može ostvariti jedino osoba, a informatička tehnologija je sredstvo kojim se brzo i precizno rješavaju samo tehnički problemi.

### **4. LITERATURA**

1. Božić V. (2004). Suvremeni menadžment, Poslovni magazin, RRiF-plus, Zagreb, str. 34-36.
2. Klaić B. (1985) Rječnik stranih riječi, Nakladni zavod MH, Zagreb.
3. Kovačić M. (2004). Poslovni magazin, br. 4. RRiF-plus, Zagreb, str. 40-41.
4. Macmillan, (2002). English dictionary for advanced learners, Oxford, United Kingdom.